



# Содержание

1. Общие требования безопасности.
2. Требования безопасности перед началом занятий.
3. Требования безопасности во время занятий.
4. Требования безопасности во время занятий лёгкой атлетикой.
5. Требования безопасности во время проведения подвижных игр.
6. Требования безопасности при несчастных случаях и экстремальных ситуациях.
7. Требования безопасности по окончании занятий.























# Эстафеты

## Учащийся должен:

- выполнять эстафету по своей дорожке;
- после передачи эстафеты встать в конец своей команды;

## Запрещается:

- \* начинать эстафету без сигнала

учителя:



время эстафеты выходить из

- \* продолжать эстафету до

как впереди стоящий игрок передал вам эстафету касанием руки;

- \* садиться на пол или

# Требования безопасности при несчастных случаях и экстремальных ситуациях.

## Учащийся должен:

- при получении травмы или ухудшения самочувствия прекратить занятия и поставить в известность учителя физкультуры;
- с помощью учителя оказать травмированному первую медицинскую помощь, вызвать врача;
- при возникновении пожара в спортзале немедленно



прекратить занятие, организованно, под руководством учителя покинуть место проведения занятия через запасные

согласно плану эвакуации.

# Требования безопасности по окончании занятий.

## Учащийся должен:

- под руководством учителя убрать спортивный инвентарь в места его хранения;
- организованно покинуть место проведения занятия;
- переодеться в раздевалке;
- вымыть с мылом руки.



Спасибо за внимание

